



Královéhradecký ZPRAVODAJ seniorů

BŘEZEN 2025

5 Kč

Ročník XXXV. / číslo 1 (138)



Milí přátelé. Prožili jsme spolu již třetí kulturní večer, který jsem pro Vás připravila. Vytvořili jsme společně příjemnou atmosféru, kterou si budu dlouho pamatovat. Byla to nejkrásnější derniéra a já si v srdci zanechávám pocit lásky, dobře odvedené práce a radosti. Zavírám tyto dvě životní kapitoly a s radostí otvírám další. Opatrujte se, radujte se z každého dne. Budu se na Vás těšit na společných výletech a pobytech.

Alena Prouzová

P.S. A my ostatní Ti, Alenko, velice děkujeme za skvělou organizátorskou práci, kterou jsi nám zvláště na vydařené sobotní akci Ples a oslava ženy 8.3. věnovala.

Hry Borohrádek

Sportovní hry seniorů Královéhradeckého kraje v Borohrádku se letos budou konat **12. června**. Všechny potřebné další informace budou uveřejněny včas na vývěsce v sídle spolku Senioři Hradec Králové v Mánesově ulici 780 a na webu spolku. Pilně trénujte!

Bohdana Hudská

Autobusem na Rock for People

Návštěva koncertu skvělé zpěvačky Marie Rottrové se uskuteční v pátek 13. června.

Město Hradec Králové, díky kterému se můžeme koncertu zúčastnit, vypraví tři autobusy. Odjezd od Harmonie I ve 13.00 hodin, koncert začíná ve 14.40 a končí cca v 15.25. Odjezd z areálu letiště po koncertě v 15.45 hod. Stejně jako minulé roky budou vyhrazena místa pro skupinu seniorů ve velkém stanu.

Občerstvení si s sebou neberte, je možnost si ho zakoupit na letišti. Úhrada za občerstvení bude možná pouze z čipových hodinek, které se nabíjí částkou, kterou si účastník určí. (Čipovými hodinkami bude

vybaven každý účastník při vjezdu do areálu).

Skupina seniorů při vjezdu do areálu obdrží kelímky bez zálohy (jinak se hradí záloha 50 Kč), ale s podmínkou, že stejný počet kelímků bude při odjezdu odevzdán. Skupině budou k dispozici asistentky k případné pomoci a zajištění organizačních pokynů. Hlaste se co nejdříve, počet míst je omezen!

Kontakt pro zájemce ze spolku Senioři Hradec Králové: Helena Růžičková, tel. 725 836 135, email: helena.ruzi@seznam.cz

NA SLOVÍČKO

s Mgr. Jaroslavem Novákem,
učitelem, sokolem, cyklistou...

● Cyklisté ve spolku Senioři Hradec Králové zahajují 20. března jubilejní desátou cyklistickou sezónu 2025 (bližší na str. 3). Mimo jiné chtějí letos na počest 800. výročí svého města ujet navíc „800 km pro Hradec“. V čem konkrétně takto cykloakce spočívá?

Jezdíme pro fyzickou a psychickou kondici, zdraví, ale také pro poznávání krásné české krajiny, její historie a přírody. Tedy i pro další poznávání krásného Hradce Králové a jeho okolí, tím víc v roce tak významného výročí. Chceme dokázat, že naše město má aktivní



a sportovně zdatné seniory a vyzvat další k pravidelné a aktivní pohybové činnosti.

● Viděli jsme Vás v televizi cvičit na sokolském sletu a jste činovníkem v tělovýchovné organizaci Sokol. To zabere spoustu volného času, který byste mohli věnovat třeba své zahradě. Jak a proč to děláte?

Snažím se zvládat obojí. Jsem z generace ČSTV. Po jejím zrušení jsem v seniorském věku nechtěl sedět doma, ale chtěl jsem patřit do aktivní tělocvičné organizace, a tou se pro mě stal Sokol hlavně pro svou historii, filozofii, zásady a pro jeho cíl – rozvoj těla i ducha na základě antické kalokagathie – souladu tělesných i duševních sil. Práce v Sokole pro mě představuje i příležitost pokračovat v pedagogické činnosti, jakou je v současné době funkce vzdělavatele Sokolské župy Orlické. A sokolský slet? To je největší sokolská slavnost jednou za šest let a účast byla pro mě sokolskou povinností, projevem národní hrdosti a celoživotní zážitek.

(Pokračování na straně 2)

MOUDROSTI MOUDRÝCH

Kdo si říká, co chce, slyší i to, co by nechtěl!

Italské rčení.

Pravidla pro účastníky zájezdů a výletů (dále jen „akcí“)

ÚČASTNÍK AKCE:

1. Je registrovaným členem spolku Senioři Hradec Králové, z. s., a má uhrazený členský příspěvek na daný kalendářní rok (v případě doplnění počtu účastníků z důvodu vyřízení autobusu a nezájmu členů spolku nemusí být účastník registrovaným členem spolku)
2. Bude se bezpodmínečně řídit pokyny vedoucího akce
3. Do autobusu (vlaku) bude nastupovat až po vydání pokynu vedoucího akce
4. V autobuse bude akceptovat zasedací pořádek připravený vedoucího akce
5. Do restaurací, návštěvních místností, zámků, hradů ... vstupuje první vedoucí akce (případně jiná určená osoba)
6. Pokud bude chtít účastník akce z nějakých důvodů opustit skupinu, nahlásí

tuto skutečnost bezpodmínečně vedoucímu akce (případně jiné určené osobě)

7. Účastník akce je povinen znát (mít uložené) číslo telefonu vedoucího akce (případně jiné určené osoby), aby ho mohl v případě problému kontaktovat

8. Nebude tento kontakt zneužívat

9. Z jídelen, restaurací ... nebude odnášet žádné potraviny, pokud se nebude jednat o balíčky určené k tomuto účelu a pouze na pokyn vedoucího akce (případně jiné určené osoby)

10. Pokud se nebude účastník těmito pokyny řídit, nebude v případě zájmu o další nabízené akce zařazen mezi účastníky.

S Pravidly budou účastníci seznámeni před realizací akce. Seznámení zajistí organizátor (garant).

Masopust u nás se povedl



Masopust býval vždy plný veselí, nejinak tomu bylo na masopustním setkání 8. února, na které zval spolek Senioři Hradec Králové do svého sídla v Mánesově ulici. Po loňském úspěchu i letos spolu s komisí místní samosprávy Střed města připravil pro četné návštěvníky zábavní program s harmonikářem panem Macelou a vystoupením folklorního souboru Červánek. Nechyběly tradiční masky ani občerstvení – zabijačková polévka, chléb se škvarky a ci-

bulí, tlačenka, k pití čaj i něco ostřejšího a koláčky.

Společný zpěv zněl v kuchyni i venku před sídlem spolku a stvrzoval, že masopust je společenskou událostí, při které se radujeme z blížícího se jara po přestálé zimě, vzájemně si přejeeme dobré zdraví, dobrou chuť nejen u masopustního pohoštění, ale i chuť do života.

Irena Gillová

Foto Marcel Kraus

NA SLOVÍČKO

s Mgr. Jaroslavem Novákem,
učitelem, sokolem, cyklistou...

(Pokračování ze strany 1)

● Profese učitele i Vás patrně nutí stále se vzdělávat, ale i zprostředkovávat vědomosti a dovednosti dál, což činíte i na cyklistických výjezdech ...

Když mám krásný osobní zážitek z individuálního výletu, je to pro mě radost, ale když připravím a uspořádám takový výlet za pohybem a poznáním i pro druhé a svůj osobní zážitek, vědomosti a poznání předám dál, pak moje původní radost je dvojnásobná.

● Přiblížte nám také svůj zájem o literaturu a další umění. Na nedávné vernisáži výstavy obrazů v prostorách sídla našeho spolku jste zaujal přítomné četbou veršů, sám kreslíte a malujete. Co Vás k tomu inspiruje?

Mým velkým zájmem, vyplývajícím ze studované aprocace, je výtvarné umění, český jazyk a literatura. A na otázku: „Co dělají senioři vedle cyklistiky?“, mám jednoznačnou odpověď: „Také kreslí, malují a třeba vystavují.“ A tak byla zahájena naše výstavní činnost v sídle Seniorů Hradec Králové, z.s.

● Asi máte doma velmi dobré zázemí. Komu za to, že můžete tak aktivní a užitečný pro druhé být, nejvíce děkujete?

Vedle své aktivity, kterou si snažím udržovat, vděčím za vše především manželce. Společně jsme studovali, pedagogicky působili a máme řadu společných zájmů, např. zdravý životní styl. Navštívili jsme řadu zajímavých míst doma i v zahraničí. Velký dík patří i naší zájmové skupině CykloSenior, partě lidí, která nás obohacuje a dopřává nám přítomnost v dobrém kolektivu se společným cílem.

Za rozhovor poděkovala

Ludmila Hovorková

ÚŘEDNÍ HODINY

Mánesova 780, Hradec Králové

tel. 702 098 600

(pouze v úředních hodinách)

www.seniorihk.webnode.cz

Úterý 9.00–12.00 zajišťování rekreačních pobytů (seniorihk-rekreace1@seznam.cz).

Od 1. ledna do 31. března každé úterý 14.00–17.00 hotovostní úhrada členských příspěvků a nová registrace členů.

Od 1. dubna do 30. června každé první úterý v měsíci 14.00–15.00 hotovostní úhrada členských příspěvků a nová registrace členů.

Středa 8.30–11.30 zajišťování kulturních akcí (seniorihk-kultura@seznam.cz) a rekreací (seniorihk-rekreace2@seznam.cz)

V době školních prázdnin není sídlo spolku otevřeno.

Další kontakty:

Cyklistika – Jaroslav Novák 732 409 282

Bowling – Bohdana Hudská 732 471 672

Šachy – Jiří Bielauský 731 253 441

Pétanque – Václav Slezák 777 221 596

PŘIPRAVILI JSME PRO VÁS

KULTURA

BŘEZEN

■ **27. 3. Kostelec nad Orlicí** – rozkvetlý park zámku Kinských, procházka k zámku Častolovice, obora s jeleny a daňky, minizoo. Odjezd v 9.05 hod. z HK hlavního nádraží, sraz účastníků v 8.45 hod. na hl. nádraží.

■ **29. 3. Adalbertinum – Světové muzikály a filmové melodie** – prodej od 19. 2., vstupenky jsou již vyprodány.

DUBEN

■ **3. 4. Mosty na Labi**, aneb „kam dojdeme, tam dojdeme“ (0-6 km). V rámci oslav 800. výročí založení Hradce Králové uskutečneme pohodlnou procházku po labském nábřeží se zastávkou u jednotlivých mostů s krátkou informací o jejich zajímavé historii. Sraz účastníků v 10. hod. u sídla spolku Seniori Hradec Králové, Mánesova 780.

■ **24. 4. Elektrárna Hučák** – komentovaná exkurze do elektrárny na Labi, cca 45 min., následně procházka po Jirákových sádkách na Moravský most. Sraz účastníků v 9.30 hod. u kanceláře sídla spolku Seniori Hradec Králové v Mánesově ulici 780. Přihlášky na e-mail seniorihk-kultura@seznam.cz nebo tel. 723 483 392 A. Bártová

■ **30. 4. VČD Pardubice – muzikál „Do nebes“**. Dopolodní představení, začátek v 10.00 hod., odjezd hromadnou dopravou, info při prodeji vstupenky. Prodej od 2. 4. v kanceláři sídla spolku Seniori Hradec Králové v Mánesově ulici 780.

KVĚTEN

■ **15. 5. Zámek Opočno** a přilehlý park, doprava veřejnou dopravou. Podrobnější informace budou přihlášeným účastníkům včas zaslány. Přihlášky do 23. 4. na e-mail seniorihk-kultura@seznam.cz nebo na tel. 723 483 392 A. Bártová.

■ **29. 5. Poděbrady**, návštěva sklárny Bohemia s výrobou olovnatého křišťálu (vstup 70 Kč), návštěva zámku s památníkem krále Jiřího (vstup 50 Kč), procházka po lázeňské kolonádě. Přihlášky na seniorihk-kultura@seznam.cz nebo na tel. 728 160 532 H. Gaedteková do 9. 5. Ladislava Kamenická

REKREACE

Nabízíme poslední volná místa na **LESNÍ BOUDĚ V KRKONOŠÍCH** v termínu 6. až 13. července. Ostatní pobyt jsou obsazené. Lze se přihlásit pouze jako náhradníci. E-mail seniorihk-rekreace1@seznam.cz

Připomínáme termíny výběru úhrady za zájezdy:

■ **MEDER** – 25. března, částka 13 000 Kč

■ **ROŽNOV** – 29. dubna, částka 7900 Kč

■ **SRNÍ** – 17. června, částka 10 100 Kč

■ **LESNÍ BOUDA** – 6. května, částka za apartmán 6700 Kč, za pokoj 6450 Kč

■ **KOLA 2 Teplá + Studená Vltava** – 8. července, částka 7200 Kč

■ **VALAŠSKO** – 26. srpna, částka 9000 Kč.

CykloSenior při z.s. Seniori Hradec Králové společně s hradecskou CK Cyklotur pořádají čtyřdenní cyklistický zájezd s názvem „Cyklostezka Bečva“. Na kole podél Vsetínské a Rožnovské Bečvy navštívíme Rožnov pod Radhoštěm, Valašské Meziříčí, Vsetín, Valašské Meziříčí, Teplice nad Bečvou, Hranice na Moravě, Přerov a Tova-

čov (soutok Bečvy a Moravy). Program zájezdu nabízí pohodovou a nenáročnou cyklistiku krásnou přírodou Beskyd s návštěvou historických míst, řadou památek a staveb lidové architektury. Zpestřením jistě bude i návštěva nedalekých Pustevn. Cyklistický zájezd se koná v termínu 10. - 13. června. Cena zájezdu je 6800 Kč. Přihlášky zasílejte na e-mailovou adresu: jaronovak@centrum.cz (uveďte: jméno a příjmení, ročník narození, zvolený způsob platby – hotově nebo na účet CK). Další informace na tlf. číslo 732 409 282 (J. Novák). Jaroslava Čapková

VÝLETY

Upozorňujeme, že je nutné dodržování času přihlašování. Na dříve poslané přihlášky nebude brán zřetel. Kapacita zájezdů je omezená. Ceny jsou orientační. Děkujeme za pochopení.

Přihlášky na mail: seniorihk-zajezdy@seznam.cz V případě, že nemáte mail, tak pouze SMS na číslo pí Potůčkové 731 657 817.

DUBEN

■ **15. 4. Zámek Sychrov Velikonoce**. Doprava autobus. Přihlašování od 20. 3. od 8 hodin. Cena 500 Kč, vybírání 2. 4. od 13 do 14 hod.

■ **24. 4. Flóra Olomouc**. Doprava autobus. Přihlašování od 20. 3. od 8 hodin. Cena 600 Kč, vybírání 2. 4. 14-15 hod.

KVĚTEN

■ **20. 5. Zámek Lysice**. Doprava autobus. Přihlašování od 16. 4. od 8 hodin. Cena 600 Kč, vybírání 30. 4. 13-14 hod.

ČERVEN

■ **17. 6. Makleu Pikču arboretum (Nizký Jeseník u Štenberka)**. Doprava autobus. Přihlašování od 14. 5. od 8 hodin. Cena 600 Kč, vybírání 28. 5. 13-14 hod. Výlet je fyzicky náročný – budeme chodit.

Zájezd do Chamonix

Hokejový klub FARAD pořádá zájezd do Chamonix-Mont-Blanc v termínu od 25. do 29. září. Cena 13 000 Kč. Přihlášky Václav Sodoma, mail SodFa@seznam.cz Tel. 604 818 507

Alena Nekořová a Stanislava Potůčková

JARNÍ VYCHÁZKY

■ **18. března Věnné město Jaroměř** – historie města s průvodcem, kostel sv. Mikuláše s mumiemi, Mariánský sloup, Gočárovo muzeum (cca 6 km). Odjezd HK žst. – 8.35 hod. Sraz v 8.20 (jízdenka Jaroměř).

■ **22. dubna Nové Město nad Metují** – divokou přírodou Libyhoňského a Klopotovského údolí (cca 6-7 km). Odjezd HK THD st. F1 v 8.40 hod., sraz 8.25 na THD (jízdenka Nové Město n. M.).

■ **13. května Žirče – Kuks** – klášter, Domov sv. Josefa, bylinková zahrada, kaple (v Žirči průvodce), přes Křižovou cestu 21. století podél Labe do Kuksu ž. st. (cca 6 km). Odjezd HK žst. 8.04 hod. Sraz 7.50 (jízdenka do Žirče).

■ **10. června Jaroměř – Josefův**. Naučná stezka Křtá cesta Pavla Mertlíka. Vycházka kolem pevnosti po promenádách s příběhem (Pavel Mertlík byl historik a starosta Jaroměře), vycházka cca 6 km. Odjezd HK žst. 9.04 hod. směr Jaroměř žst., přestup na bus 9.30 Josefův.

Přihlášky, prosím, na e-mail seniorihk-sport@seznam.cz, tel: SMS 732 471 672.

Bohdana Hudská

VZDĚLÁVACÍ A SOCIÁLNÍ

Moudrá sovička – Pro majitele chytrých telefonů proběhne toto oblíbené školení, které se díky finanční podpoře Nadace Veolia poskytuje zdarma. Uskuteční se v sídle spolku Seniori Hradec Králové, z.s., Mánesova 780:

■ **11. dubna** od 8.30 do 12.00 hod. **nastavení bezpečnosti, práce s hesly** (návaznost na přednášku z 21. 2); od 12.30 do 16.00 **základy pro nováčky**

■ **25. dubna** od 8.30 do 12.00 hod. **základy pro nováčky**; od 12.30 do 16.00 **pro pokročilé**

Přihlašujte se přímo u Bc. Hany Tomkové – mobil 770 169 941, e-mail hana@moudrasovicka.cz

Přednáška – Vzdělávací a sociální komise vás zve také do Harmonie II, do Kavárničky pod palmou:

■ **14. května** ve 14 hodin. Doc. MUDr. Vlasta Tošnerová nazvala svoji přednášku „Pohybové aktivity seniorů, část 2“. Nebude chybět ani názorná ukáзка.

Helena Růžicková a Ladislava Staňková

SPOLEČENSKÉ ČTVRTKY

Akce se konají v sídle spolku Seniori Hradec Králové, Mánesova 780. Program začíná v 15.30 hod. Otevřeno je od 14.30 hod. Trénink mozku dle domluvy s paní lektorkou.

DUBEN

■ **3. 4. vernisáž Kamil Pavlásek** – výročí 90 let

■ **10. 4. trénink mozku**

■ **17. 4. cestopisná přednáška Putování po Indii I. část**

■ **24. 4. historická přednáška 800 let Hradce Králové**

KVĚTEN

1. a 8. 5. svátek

■ **POZOR!! 14. 5. středa od 13 hod.**

„Cyklisti - seniori v silničním provozu“ dopravní hřiště Třebeš, mimořádná přednáška s praktickou výukou

■ **15. 5. komponovaný program ke Dni matek**

■ **22. 5. trénink mozku**

■ **29. 5. hudební odpoledne**

ČERVEN

■ **5. 6. cestopisná přednáška Putování po Indii 2. část**

■ **12. 6. promítání filmů – historie hradecských osobností**

■ **19. 6. hudební odpoledne**

Alena Trojanová

CYKLISTIKA

Ve čtvrtek 20. března v 10 hodin bude zahájena jubilejní, a to 10. cyklistická sezóna 2025, mimo jiné na počest města Hradec Králové. Sraz seniorů-cyklistů je na Smetanově nábřeží u přístaviště lodí. V programu akce, která se koná na rozjezd nové cyklosezóny, jsou k výběru tři kondiční trasy Labskou cyklostezkou: 1. trasa: HK-Smířice-HK (celkem 30 km), 2. trasa: HK-Jaroměř-HK (celkem 50 km), 3. trasa: HK-Kuks-HK (celkem 65 km). V uvedených místech trasy je plánovaná přestávka a oběd.

Při startu nové cyklistické sezóny bude zároveň zahájena cykloakce „800 km pro Hradec“, a to na počest založení našeho města. Proto zahajte novou cyklosezónu společně a pojedte s námi! Další informace na tlf. číslo 732 409 282 (J. Novák) Jaroslav Novák

SLOUPEK

Padesát na padesát

Jako řidička se snažím být zodpovědná a hlavně předvídavá. Jezdím už „staletí“, ale stále jsou dopravní situace, které svou originalitou předčí i tu největší předvídavost, v mém případě v kombinaci s mládím a jeho chováním. Takže tři v jednom. Ve Škroupově ulici se nedá jet rychle. Můj tachometr mi ukázal tak něco mezi dvaceti a třiceti kilometry. Najednou vidím, jak se proti mně doslova řítí kluk na kole, hlavu otočenou úplně jinam než dopředu, a rovnou na kapotu mého auta.

Kdo tyto situace zažil, ví, že se srdce zastaví a mozek nějak zavele k akci. Na brzdu jsem stála jak na vidlicích, tělem opřená o klakson, aby ten kluk zareagoval, že v každé sekundě vltne na kapotu auta, byť stojícího na místě. Přišla moje spása a kluk asi metr od mého auta udělal myšku a stačil mi do okénka houknout „aby ses nepos...“ a frčel dál. Zůstala jsem naprosto konsternována a jak v těchto situacích bývá, člověk jen zírá a nezmůže se na nic. Tak mě ten kluk naprosto vyvedl z konceptu. Ovšem v závěsu za tímto závodníkem dupal na kole pravděpodobně jeho kamarád, který samozřejmě mě vše viděl, a jak míjel okénko mého auta, tak houknul: „promiňte paní“. A tak jsem zírala po druhé. Když jsem se trochu vydýchala, naskočil mně rozpačitý, ale shovívavý, úsměv: Takže kluci, dneska to bylo padesát na padesát, aneb black and white.

Helena Vostrovská

Hry v Havlovicích

Klub seniorů Havlovice pořádá Sportovní hry pro seniorské organizace Krajské rady Královéhradeckého kraje. Uskuteční se dne 14. května ve sportovním areálu obce Havlovice. Soutěž je určena pro čtyřčlenné týmy (65+) v libovolném složení (jen muži, jen ženy, smíšený tým).

Soutěžní disciplíny: minigolf, discgolf, hod tenisákem na cíl, hod do koše. Startovné je 150 Kč, v ceně je oběd. Soutěžní týmy se přihlásí nejpozději do 30. dubna na adresu Seniorihk-sport@seznam.cz, tel. 732 471 672 Hudská Bohdana. Další informace (doprava apod.) obdržíte včas po přihlášení.

„Koulaři“ v dubnu již na hřišti

V pondělí 3. března jsme dohráli devítitýdenní turnaj v halovém pétanque. Letos již počtvrté pod patronací spolku Seniori Hradec Králové, tentokrát za účasti 11 družstev. Ta se střetla ve vzájemných duelech a následně ve dvou skupinách každý s každým – celkově 70 zápasů. V tělocvičně ve Věkoších o pořadí rozhodovaly doslova poslední duely dvojic a trojic. Věra a Václav Slezákové s Frantou Pechem těsně zvítězili před manželi Valachovičovými a třetími „Kamarádkami“ s kapitánkou Ivou Kubínovou. Kvalitu jednotlivců jsme prověřili i v soutěži hodu na cíl, kterou ovládl

Jiří Novák před Věrou Slezákovou a Ivou Syrovátkovou.

Všichni účastníci si odnesli čokoládové odměny a třicet pět medailí za umístění i účast.

V dubnu zahájíme tradiční soutěž s oceľovými koulemi, která se odehrává vždy na několika oblíbených hřištích. Do konce března se k nám mohou připojit i dvojice či trojice nových zájemců 65+. Více informací o této soutěži vám rádi sdělíme: vslezak@seznam.cz, 777 221 596. Napište, těšíme se na vás!

Václav Slezák, sekce Pétanque



Jarní turnaj v pétanque – Milošův zázvorový likér čeká na vítěze ...

Pěkné vzpomínky

Jaro je tady! Vzpomínám na pozoruhodná jara svého života. Ta vyloženě dětská jsem prožil v Opletalově ulici v Hradci Králové, blízko Lékařské fakulty. Raně mladá, prožitá rovněž v Hradci, byla už jiná než jaká jsou ta dnešní. Vzpomínám na ta vzdálená jara rád a docela se dívám, že tady v tom našem krásném městě stále nacházím reálné připomínky těch mých dávných. Třeba moje raná vzpomínka na „šance“, kde jsem na jaře někdy v mých čtrnácti dostal prvou dívčí pusou. A o tři roky později na „železnáku“, mostu přes Labe u Věkoš, to byla už ta pravá, milenecká. S manželkou si to oba stále ještě podrobně pamatujeme. Milé vzpomínky v sobě po celý život nosím a těším se, že jsem se dopracoval až na práh dalšího svého poželhaného jara, už osmdesátého v řadě... Tak ať se nám všem v klidu a míru, ale hlavně ve zdraví, vydaří.

Olda Suchoradský



KRÁLOVÉHRADECKÝ ZPRAVODAJ SENIORŮ - noviny organizace SENIOŘI HRADEC KRÁLOVÉ, z. s.

vychází čtvrtletně za podpory Statutárního města Hradec Králové. - Adresa vydavatele: SENIOŘI HRADEC KRÁLOVÉ, Mánesova 780, 500 02 Hradec Králové, tel. 702 098 600, e-mail: seniorihk@seznam.cz, www.seniorihk.webnode.cz - Řídí redakční rada: Mgr. Ludmila Hovorková - odpovědná redaktorka, Dáša Hlavová, Josef Novotný, Milošlav Poruba, Eva Brandejsová a PhDr. Čestmír Brandejš, Jan Štěpánek. - Vyšlo 17. března 2025. - Za obsah zveřejněných materiálů zodpovídají autoři. - Nevyžádané rukopisy se nevracejí. Další číslo Zpravodaje vyjde v červnu 2025

